

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
4月 10日 日曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 ふりかけ	パン スープ 煮豆 デザート	鮭の照り焼き 春雨サラダ (ら)カリフラワーのサラダ ひじきと厚揚げの煮物	筑前煮 はんぺんの卵とじ ほうれん草のごま和え
4月 11日 月曜日	ご飯 味噌汁 卵豆腐 のり佃	パン スープ 卵豆腐 デザート	牛肉のソース炒め (ら)豚肉のソース炒め 大根としらすの梅肉和え 豆腐の田楽	カラスカレイの野菜あんかけ 肉焼売 (ら)やわらか焼売 いんげんの辛し和え
4月 12日 火曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 卵風味ソース	パン スープ 切干煮 デザート	さばのカレー焼き 長芋とこんにゃくの煮物 茄子と新玉ねぎの生姜和え	豚肉のおろし煮 (ら)鶏団子のおろし煮 白菜とさつま揚げの煮浸し マカロニサラダ
4月 13日 水曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 たいみそ	パン スープ 人参煮 デザート	鶏ささ身のわさび醤油和え (ら)鶏もものわさび醤油和え 春キャベツのコールスローサラダ 煮豆	さわらの蒲焼き たまごスープ 小松菜と豆腐のお浸し
4月 14日 木曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 デザート	アジの山椒焼き (特ら)カラスカレイの山椒焼き きゅうりの酢のもの スパゲティナポリタン (ら)マカロニナポリタン	豚肉となすのピリ辛炒め ニラ玉 とろろ汁
4月 15日 金曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 のり佃	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	チキンカツ (ら)やわらかカツ 里芋煮 大根と新玉ねぎのサラダ	蒸し鯖のおろしかけ 小松菜のわさび和え 紅白かまの卵とじ
4月 16日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 ゆずみそ	パン スープ ひじき豆 デザート	ぶりの塩麴焼き (ら)カラスカレイの塩麴焼き なすの南蛮漬 ミニラーメン	ハヤシライス ブロッコリーとツナのサラダ さつま芋のマッシュ

土曜おやつ

ストロベリーケーキ